

## Seele Christi, heilige mich! Betrachtungen zum Gebet des heiligen Ignatius

Seele Christi, heilige mich  
Leib Christi, erlöse mich  
Blut Christi, berausche mich  
Wasser der Seite Christi, wasche mich  
Leiden Christi, stärke mich  
O guter Jesus, erhöre mich  
Von Dir laß niemals trennen mich  
Vor dem bösen Feinde beschütze mich  
In meiner Todesstunde rufe mich  
Zu Dir zu kommen heiße mich  
Mit Deinen Heiligen zu loben Dich  
In Deinem Reiche ewiglich! Amen.

(Gebet des heiligen Ignatius)

### **Seele Christi, heilige mich!**

Seele meines Heilandes, aufgenommen in die Personeneinheit mit dem allheiligen Gott und darum heilig durch und durch!  
In Dir ist alle Fülle der Heiligkeit.  
Nur im Empfangen aus Deiner Fülle vermögen wir Menschen heilig zu werden.  
Du bist die einzige Quelle der Heiligkeit.  
Heiligste Seele meines Herrn, Du vereinigst Dich in der heiligen Kommunion mit meiner Seele.  
Laß da jedesmal die Glut Deiner Heiligkeit meine Seele erwärmen.  
Heiligste Seele meines Heilandes, aufgenommen in die Gottheit und daher wunderbar frei von allem Hängen am Irdischen, löse auch mich von jedem ungeordneten Hängen an irdischen Dingen.  
Seele Christi, heilige mich!

### **Leib Christi, erlöse mich!**

Du heiliger Leib meines Herrn,  
Du bist gebildet worden im Schoße der jungfräulichen Mutter, auf daß Du Opfergabe werden könntest für unsere Sünden - also auch für meine.  
Heiliger Leib meines Herrn, schon kurz nach seiner Geburt dem Himmlischen Vater zu meiner Erlösung aufgeopfert mit den Worten: "Einen Leib hast Du mir bereitet: Siehe ich komme, Deinen Willen zu erfüllen."  
Leib meines Herrn, für unsere, ja für meine Erlösung in Leiden und Tod gegeben - in den qualvollen Tod am Kreuz.  
Leib meines Herrn, für uns Menschen und um unseres Heiles willen gekreuzigt, begraben, aber wieder auferweckt in Herrlichkeit.  
Leib meines Jesu, vergeistigt und verklärt zugegen in der heiligen Hostie, die ich empfangen.  
Vereinige meinen Leib mit Deinem Leibe.  
Befreie meinen Leib von der Schwere der Sünde,  
verkläre ihn schon hienieden mehr und mehr,  
mache ihn immer freier für Gottes Dienst,

immer bereitwilliger zum Guten,  
immer adeliger.

Leib Jesu Christi, laß meinen Leib immer mehr sein eine Verherrlichung seines Schöpfers!  
Leib Christi, erlöse mich, erlöse mich nicht vom Leibe, sondern vom einzigen wirklichen  
Übel, von der Sünde.  
Leib Christi, erlöse mich!

### **Blut Christ, berausche mich!**

Blut meines Erlösers, vergossen als kostbarer Lösepreis für meine Sünden,  
Blut, strömend aus den Wunden meines Herrn,  
Blut aus dem Herzen, das geliebt hat wie keines so stark und treu,  
Blut, von dem ein Tropfen genügte, um alle Sünden der ganzen Welt wegzuspülen,  
du starkes Blut, tränke mich!  
Nein, tränke mich nicht nur, sondern berausche mich!  
Berausche mich, daß ich mich selbst vergesse und von Dir getragen nur noch lebe für Gott.  
Blut Christi, berausche mich,  
daß ich alle Hemmungen der Menschenfurcht verliere  
und mutig für meinen Heiland einstehe.  
Blut Christi, berausche mich mit jenem heiligen Rausche, der die Freiheit nicht mindert oder  
aufhebt, sondern erhöht.  
Blut Christi, berausche mich!

### **Wasser der Seite Christi, wasche mich!**

Wasser, mit dem Blute geflossen aus der mit der Lanze eröffneten Seite des Herrn,  
Du bist das Sinnbild der heiligen Taufe.  
Du hast mich schon gewaschen von der Makel der Erbschuld.  
Wasser der Seite Christi, fließe im Bußgericht immer wieder über meine arme Seele.  
Wasche mich immer und immer wieder von den Flecken persönlicher Schuld, der schweren  
und der läßlichen Schuld.  
Wasser der Seite Christi, ich halte Dir meine Seele hin  
mit einem tiefen Verlangen nach Reinheit.  
Rinne über sie, reinige sie, erfrische sie, erneuere sie.  
Wasser der Seite Christi, wasche mich!

### **Leiden Christi, stärke mich!**

Ja stärke mich,  
stärke mich besonders zum heilbringenden Leiden.  
Dem Leiden gegenüber fühle ich nämlich meine größte Schwäche.  
Wenn das Leiden kommt, das Unangenehme, das Schwere, dann bin ich sofort versucht zu  
fliehen, feige davonzulaufen.  
Du Leiden des Herrn,  
du unverdientes Leiden,  
du ganz frei getragenes Leiden,  
du heilbringendes Leiden,  
du Leiden, aus dem mir und der ganzen Welt Freude erblüht und Leben,  
Leiden meines Heilandes, stärke mich!  
Mach mich mutig und stark dem Kreuze gegenüber.

Zeige mir, daß auch ich nur durch Leiden und Kreuz eingehen kann in die Herrlichkeit ewigen Lebens,  
die ich ersehne und erhoffe.  
Leiden meines Herrn,  
für mich getragenes Leiden, trage mich.  
Leiden Christi, stärke mich!

### **O guter Jesus, erhöre mich!**

Guter Jesus,  
gut nenne ich Dich, nicht nur gütig,  
denn Du bist gut durch und durch, wesenhaft gut.  
Du bist als Gott der allein Gute  
und als Mensch die leibhaftige Güte Gottes.  
Du bist der Quell alles Guten und aller Güte.  
Daher bitte ich: Erhöre mich!  
Neige Dich, Du Guter, zu mir.  
Schenk mir Deine Aufmerksamkeit und höre mich an,  
Wenn auch noch so armselig ist, was ich Dir zu sagen habe.  
Und wenn auch noch so geringfügig die Dinge sind, um die ich bitte...,  
gib sie mir, wenn sie gut sind für mich.  
Guter Jesus, erhöre mich –  
mich, den Unguten, der so dringend des Gutseins bedarf.  
Erhöre mich, daß ich werde ein Abglanz und ein Werkzeug Deines Gutseins an vielen.  
Erhöre mich, daß durch mich das Gute in der Welt wachse.  
Guter Jesus, erhöre mich!

### **In Deine Wunden verbirg mich!**

So wie es im Alten Bunde Zufluchtsstätten gab, in denen sich bergen konnten und sichern vor ihren Verfolgern, die wegen einer Schuld verfolgt waren, so sind uns im Neuen Bunde Deine Wunden zur Zufluchtsstatt geworden, wenn Gottes Strafgerichte uns verfolgen.  
Du hast Deine Wundmale nach der Auferstehung beibehalten, um sie dem Vater zu zeigen, auf daß er uns schone um ihretwillen.  
Siehe, Herr, auch ich bin ein Schuldiger.  
Auch ich habe schon oft Gottes Strafe verdient.  
Da nehme ich Zuflucht zu Deinen heiligen Wunden.  
Zeige sie dem Vater, damit er um ihretwillen auch mich verschone.  
Birg mich in Deinen Wundmalen,  
sichere mich in ihnen vor den Strafgerichten,  
vor den wohlverdienten Strafen.  
In Deinen Wunden verbirg mich!

### **Von Dir laß niemals trennen mich!**

Mein König und Herr,  
laß niemals zu, daß ich mich trenne von Dir; denn Du bist mein Reichtum.  
Ohne Dich stünde ich arm vor dem ewigen Vater.  
Du bist meine Stäke,  
Von Dir getrennt wäre ich schwach zu allem übernatürlichen Guten.  
Mit Dir aber, wenn Du mich stärkst, vermag ich alles.

Du bist meine Freude,  
die wahre Freude, die tief innen und dauernd beglückt,  
die auch von irdischem Unglück nicht ausgelöscht wird.  
Du bist mein Licht,  
getrennt von Dir tappe ich im tiefsten Dunkel.  
Du bist mein Weg,  
getrennt von Dir ginge ich in die Irre.  
Du bist mein Leben,  
getrennt von Dir fiele ich in den Tod.  
Herr, ich dürste nach Licht und Leben,  
ich suche Freude und Reichtum, Sicherheit und Kraft.  
Darum bitte ich innig:  
Von Dir laß niemals trennen mich!

### **Vor dem bösen Feind beschütze mich!**

Vor dem bösen Feind, der umhergeht und sucht, wen er verschlinge.  
Vor dem bösen Feind, den Du selber einen Lügner nennst und den Vater der Lüge,  
vor dem bösen Feind, dem Satan, dem Verführer und der alten Schlange,  
vor dem bösen Feind, der das Böse unter dem Schein des Guten mir vorstellt,  
vor dem bösen Feind, der, einmal abgewiesen, nicht ruht, sondern hinget und noch andere  
böse Geister zu Hilfe ruft,  
vor dem bösen Feind, der mit List und Gewalt mich von Dir, meinem Heiland und Glück,  
abzubringen sucht,  
vor diesem bösen Feinde, der immer böse ist, der auch an Dich, den Heiligsten, als Versucher  
herantrat.  
Vor dem bösen Feind, den Du überwunden hast,  
vor dem bösen Feind beschütze mich!

### **In meiner Todesstunde rufe mich!**

In meiner Todesstunde,  
die unaufhaltsam näher kommt,  
mit jedem Pulsschlag, mit jedem Atemzug;  
in meiner Todesstunde,  
die vielleicht schon sehr nahe ist, viel näher als ich meine;  
in meiner Todesstunde, die sicher näher kommt,  
und der ich nicht zu entgehen vermag;  
in meiner Todesstunde,  
wenn meine Kräfte mich verlassen,  
wenn meine Sinne schwinden,  
wenn es einsam wird um mich,  
wenn die Angst nach meinem Herzen greift,  
wenn die Welt mit all ihrer Pracht und mit all ihrer Kunst und Technik mir keinen Halt mehr  
bieten kann,  
wenn auch meine Freunde mir nicht mehr zu helfen vermögen,  
wenn meine Hände nach einem Halt tasten,  
dann rufe Du mich, guter Herr!  
In meiner Todesstunde rufe mich!

### **Zu Dir zu kommen heiße mich!**

Zu Dir, meinem Richter,  
der gerecht ist und barmherzig zugleich,  
der von meiner Schuld abzieht die Schuld meiner Vorfahren und meiner Umgebung.  
Zu Dir zu kommen heiße mich!  
Zu Dir, meinem gütigen Erlöser,  
der mich in der Taufe geheiligt und zu seinem Bruder gemacht hat,  
zu Dir, der im Bußsakrament mir sooft verziehen hat,  
zu Dir, der in der heiligen Kommunion sooft mich mit seiner Freundschaft beglückt hat,  
zu Dir, der sich sooft in seinen Einsprechungen zu mir geneigt hat,  
zu Dir zu kommen heiße mich!  
Zu Dir, meinem König und Gott,  
zu Dir, dem ewigen Sieger,  
der mir an seinem strahlenden Siege Anteil geben will.  
Zu Dir, meinem Glück, meiner Wonne und Seligkeit,  
zu Dir,  
ja zu Dir zu kommen heiße mich!

### **Mit Deinen Heiligen zu loben Dich**

Mit Deinen Heiligen,  
Deinen Freunden,  
meinen Brüdern.  
Mit Deinen Heiligen,  
die in ihrer Gesamtheit Deine Größe und Herrlichkeit widerstrahlen, weil sie heilig sind durch  
Deine Heiligkeit;  
mit Deinen Heiligen, die ohne Unterlaß Dein Erbarmen besingen,  
Deine Größe und Herrlichkeit,  
mit diesen Heiligen laß mich Dich loben!

### **In Deinem Reiche ewiglich!**

ewig, ohne Ende, ohne Pause, ohne Ermüdung.  
Immerdar laß mich Dich loben  
in Deiner strahlenden Herrlichkeit,  
in Deinem Reiche.  
Amen. So soll es sein. So gib Du es. — Du!